



شکر رضا الزکریا فدا الفکر



سفیر اخلاق



فصلنامه شماره ۴۸

پژوهشی، علمی، اخلاقی

پاییز ۱۴۰۳

مدرسه علمیه سفیران هدایت امام جواد (علیه السلام) آزادشهر



یوم الله ۲۳ خرداد
مهر افتخارت ایران

تلفن تماس: ۰۹۳۹۳۵۹۸۰۲۴ - ۰۳۵۷۳۱۴۵۴ - ۰۱۷۳

پایگاه اطلاع رسانی مدرسه: www.safiran174.com

فهرست مطالب

- ۳.....سرمقاله.....
- ۴.....همراه با شهید.....
- ۵.....رویدادهای تاریخی.....
- ۶.....معرفی کتاب(راه روشن مدیران).....
- ۷.....توصیه های اخلاقی استاد.....
- ۹.....حدیث ناب.....
- ۱۰.....الگو پذیری امام زمان (علیه السلام).....
- ۱۱.....آشنایی با مباحث مهدویت.....
- ۱۳.....تغذیه سالم در ماه مبارک رمضان.....
- ۱۵.....پژوهشی (روش صحیح مطالعه برای امتحان).....
- ۱۸.....پیام هفته کتاب.....
- ۱۹.....اعیاد شعبانیه.....
- ۲۰.....چکیده پژوهش درسی طلاب.....
- ۲۱.....چکیده تحقیق پایانی طلاب.....
- ۲۳.....همراه با تبلیغ.....
- ۲۵.....اخبار مدرسه.....

قال الامام حسن عليه السلام :

﴿ مَنْ عَبْدَ اللَّهِ عَبَدَ اللَّهُ لَهُ كُلَّ شَيْءٍ ﴾ .

« هر که خدا را بندگی کند خداوند همه اشیاء را بنده او گرداند. »

(تنبيه الخواطر : ۲ / ۱۰۸)

دوره انتشار: فصلنامه

شماره ۴۸

مدیر مسئول : حجت الاسلام والمسلمین علیرضا ذوالفقاری فرد (زیدعزه)

سردبیر : حجت الاسلام رسول فریدی

هیئت تحریریه : حجت الاسلام مجتبی نوح دوست، حجت الاسلام حسینعلی شیخ، حجت الاسلام

ایوب شایسته، حجت الاسلام محسن گلوی

طراح و صفحه آرایی : حجت الاسلام رسول فریدی

تلفن : ۰۹۳۹۳۵۹۸۰۲۴ - ۰۳۵۷۳۱۴۵۴ - ۰۱۷۳

پایگاه اطلاع رسانی مدرسه : www.safiran174.com

نشانی الکترونیکی : safiran174@gmail.com

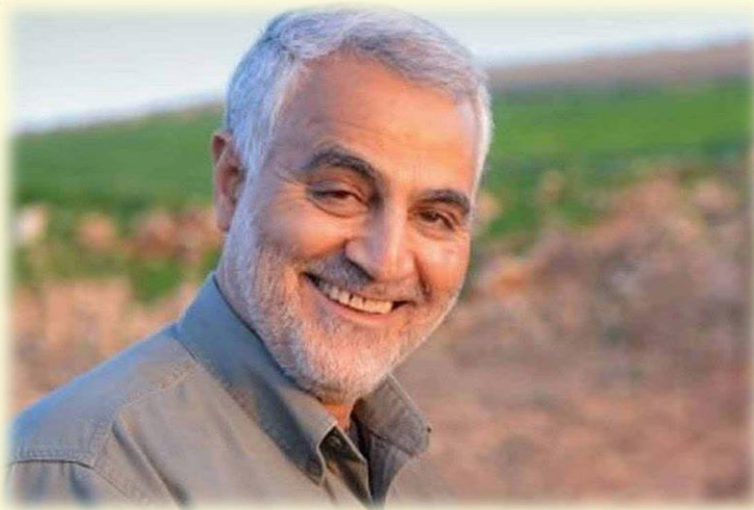
آدرس : استان گلستان شهرستان آزادشهر - کیلومتر اجاده آزادشهر به شاهرود

حاشیه‌دی



سئله‌ی نهم دی، پاسداشت آزمونه‌های بزرگ یک ملت، یک مسئله‌ی اساسی است. آزمونه‌هایی سر راه کشورها و ملتها قرار می‌گیرد که در آن آزمونها گاهی خوب میدرخشند؛ مخصوص ملت ما هم نیست، منتها برای ملت ما در دوران انقلاب و بعد از پیروزی انقلاب تا امروز از این آزمونها زیاد بوده است و از این درخشش‌ها هم زیاد بوده است و ملت درخشیده که یکی‌اش روز نهم دی سال ۸۸ بود. یعنی حضور ملت در عرصه‌ی فضای عمومی و در کف خیابانها توانست یک توطئه‌ی ریشه‌دار و مهم را از بین ببرد. پریروز مردم در سرتاسر کشور، آن روز را، آن حرکت را، آن قیام مردمی را گرامی داشتند؛ پاسداشت آن حرکت بزرگ و آزمون بزرگ بود که بسیار چیز لازمی است.

بیانات در دیدار جمعی از پرستاران سراسر کشور ۱۳۹۸/۱۰/۱۱



حاج قاسم و فاطمیه

در مراسم فاطمیه بیشتر کارها با خودش بود؛ از جارو زدن تا چای دادن. برای تمیز کردن سرویس‌های بهداشتی بیت الزهرا کارگر گرفته بودیم. تا فهمید رفت پایین پیششان. نگذاشت کارگرا دست بزنند. بعد همه را بیرون کرد. قدغن کرد کسی پایین برود. در را بست و مشغول تمیز کردن شد. بعد از ۴۵ دقیقه آمد بیرون. یک نفس راحت کشید و گفت: «آخیش؛ منم تونستم به عزاداری حضرت زهرا (س) به خدمتی بکنم». کار که زیاد بود. حاجی سخت‌ترین و بی‌ریاترین را انتخاب کرده بود.

خاطره‌ای به یاد سردار دل‌ها



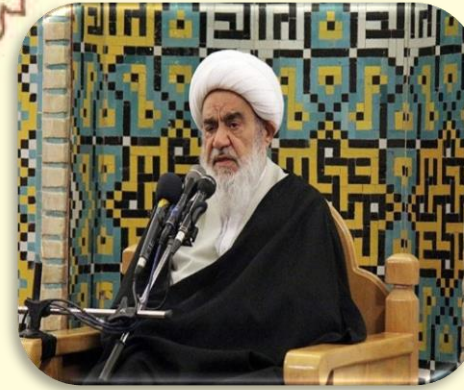
راه روشن مدیران

شرح بخش هایی از نهج البلاغه

کتاب راه روشن مدیران، مجموعه‌ی بیاناتی از مقام معظم رهبری مدظلله است که ایشان در شرح بخش‌هایی از نهج البلاغه در دیدارهای خود با هیأت دولت در ماه مبارک رمضان، از سال ۱۳۷۲ تا ۱۳۹۵ داشته‌اند. با توجه به نوع مخاطب و نیاز او، معمولاً فقراتی انتخاب شده است که به کار دولتمردان و کارگزاران نظام بیاید و از این حیث این مجموعه می‌تواند نصیحت‌نامه‌ای برای عموم کارگزاران و مدیران نظام اسلامی باشد البته این نکته مانع از استفاده‌ی دیگر اقشار از معارف مفید و والای کتاب، نیست.

رویدادهای مهم تاریخی:

- * ۲ دی ماه: ولادت حضرت فاطمه الزهرا سلام الله علیها - روز زن و تولد حضرت امام خمینی رحمه الله علیه
- * ۹ دی ماه: روز بصیرت و میثاق امت با ولایت
- * ۱۳ دی ماه: ولادت امام محمد باقر علیه السلام و روز شهادت شهید قاسم سلیمانی
- * ۱۴ دی ماه: شهادت امام هادی علیه السلام
- * ۲۲ دی ماه: ولادت امام جواد علیه السلام - روز پسر
- * ۲۵ دی ماه: ولادت حضرت علی علیه السلام - روز پدر
- * ۲۷ دی ماه: وفات حضرت زینب سلام الله علیها - روز پرستار
- * ۷ بهمن ماه: شهادت امام موسی کاظم علیه السلام
- * ۹ بهمن ماه: عید مبعث حضرت محمد صلی الله علیه و آله
- * ۱۲ بهمن ماه: بازگشت امام خمینی رحمه الله علیه به ایران در سال ۱۳۷۵
- * ۱۴ بهمن ماه: ولادت امام حسین علیه السلام - روز پاسدار
- * ۱۵ بهمن ماه: ولادت حضرت ابوالفضل العباس علیه السلام - روز جانباز
- * ۱۶ بهمن ماه: ولادت امام سجاد علیه السلام
- * ۲۲ بهمن ماه: پیروزی انقلاب اسلامی و سقوط نظام شاهنشاهی در سال ۱۳۷۵
- * ۲۶ بهمن ماه: ولادت حضرت علی اکبر علیه السلام - روز جوان
- * ۲۶ بهمن ماه: ولادت حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه شریف - روز مستضعفین جهان
- * ۱۱ اسفند ماه: حلول ماه مبارک رمضان
- * ۲۱ اسفند ماه: وفات ام المؤمنین حضرت خدیجه سلام الله علیها
- * ۲۶ اسفند ماه: ولادت امام حسن مجتبی علیه السلام
- * ۲۹ اسفند ماه: روز ملی شدن صنعت نفت ایران در سال ۱۳۲۹ - شب قدر



توصیه‌های اخلاقی آیت‌الله حسین مظاهری

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال الله سبحانه و تعالى: «فَلَوْ لَا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِنْهُمْ طَائِفَةٌ لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَ لِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ».

با تأسیس و افتتاح این مدرسه که متقارن با ایام با سعادت و پر میمنت ولادت ام‌الائمۃ‌النجباء حضرت فاطمه زهرا «سلام‌الله‌علیها» می‌باشد، و نیز تأسیس مدرسه علمیّه خاوران که در سال گذشته، بنای آن، افتتاح و بهره‌برداری شد، اینک این حقیر یکی از آرزوهای دیرینه خود برای این شهر و سامان را تحقق یافته می‌بینم و از صمیم جان، جبهه خضوع و شکر و سپاس به درگاه خداوند قادر متعال می‌سایم و از او متضرعانه مسألت می‌کنم این دو حوزه برادران و خاوران را مایه ارتقاء دانش و تقوا و عقلانیت در این شهر و دیار قرار دهد و به فضل و کرم خود، استمرار همیشگی برکات علمی و عملی و معنوی را در این دو پایگاه حوزوی، تأمین و تضمین فرماید.

اکنون بنای ظاهری این دو مدرسه تمام و به اتمام رسیده است، ولی کمال و اکمال این دو بنا در گرو آن است که دانش‌آموختگانی شایسته و صالح و طلبابی فاضل و متقی و انسان‌هایی مفید به حال جامعه و خدمتگزار به دین و آیین و اهل ایمان، در این مدارس تربیت گردند و برکات وجود آنان در جامعه و در میان مردم و مؤمنان، جاری و منتشر شود. و این اتفاق مبارک به شرطی محقق خواهد گشت که:

۱- طلب عزیز، تمام توان و تلاش خود را در سه ساحت «علم و عمل و عقلانیت» به کار گیرند و در این مجاهدت و اهتمام خود، هیچ چیزی و هیچ کسی را جز خداوند تعالی در نظر نداشته باشند و با خلوص و اخلاص، این راه دشوار، ولی مبارک و سازنده را در پیش گیرند.

۲- فرصت جوانی را مغتنم بشمارند و با پرهیز از کسالت و بطالت، از همه فرصت‌های کوچک و بزرگ به نفع ارتقاء آن سه مؤلفه مهم، استفاده و بهره‌برداری نمایند.

۳- برای اعتلاء اخلاق و ادب و متانت و آراسته شدن به منطق و فضائل الهی و تهذیب نفس و تزکیه روح - که جوهره اصلی همه معارف دینی و تعلیمات قرآن و عترت است - همواره در کوشش و تلاش علمی و عملی باشند و بدانند که عموم مردم، به اخلاق و رفتار علماء و حوزویان نظر می‌کنند و از آن تأثیر می‌پذیرند؛ و از این رو وظیفه ما، مراقبه دائمی در این جهات است.

۴- انس با قرآن و عترت و تدبّر در پیام‌های عالی مرتبه حیات‌بخش و انسان‌ساز این دو ثقل ثقیل را هیچ‌گاه فراموش نمایند.

۵- با فضاهای علمی جدید و مسائل دنیای روز به نحو صحیح آشنا باشند و قدرت پاسخ‌گویی به شبهات نظری و مشکلات عملی جهان معاصر را در خود ایجاد نمایند. و اگر به این پنج نکته، التزام و تعهد کامل داشته باشند، ان‌شاءالله با فضل و توفیق خداوند سبحان، به عناصری مفید برای جامعه اسلامی تبدیل خواهند شد و به رسالت خطیر خود عمل خواهند کرد.

توفیق همه شما عزیزان را از خداوند متعال خواستارم و همواره شما را دعا می‌کنم. والسلام علیکم و رحمۃ‌الله و برکاته.

حسین المظاهری

۲۲ / جمادی الثانی / ۱۴۳۹

قال الامام المهدي عجل الله تعالى فرجه الشريف

مَلْعُونٌ مَلْعُونٌ مَنْ آخَرَ الْغَدَاةَ إِلَى أَنْ تَنْقَضِيَ النُّجُومُ.

ملعون و نفرین شده است آن کسی که نماز
صبح را عمداً تاخیر بیندازد تا موقعی که
ستارگان ناپدید شوند.

بحار الانوار: ج ۵۵، ص ۱۶



الگو پذیری امام زمان علیه السلام از حضرت زهرا سلام الله علیها

امام زمان عجل الله تعالى فرجه شریف در توقیعی، الگوی
خود را این چنین معرفی می کند:
« وَ فِي ابْنَةِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ لِي أَسْوَةٌ
حَسَنَةٌ »؛ « فاطمه دختر رسول خدا صلی الله علیه و آله برای
من سرمشق و الگویی نیکوست. » (الغیبة، طوسی، ص ۲۸۶).
از این بیان زیبا چنین استفاده می شود که انسان در هر
مرتبه‌ای از زندگی، به الگو و سرمشق احتیاج دارد.

مهدویت و استمرار خلافت الهی

از جمله مسائل مهم و اساسی در بحث مهدویت، جریان خلافت الهی است؛ زیرا مسئله خلافت الهی در زمین، که خدای سبحان در قرآن کریم فرمود: (إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً) (بقره: ۳۰)

همچون داستان سفینه نوح و یا کشتی حضرت موسی و خضر (علیهما السلام) و مانند آن‌ها نیست که یک موضوع شخصی و معینی بوده و سپری شده باشد، بلکه جریان خلافت یک فیض متصل و فوز مستمر است که از اول با اندیشه دوام و انگیزه استمرار طرح شده است، به گونه‌ای که اصل خلافت از قلمرو نبوت و رسالت فراتر رفته و به امامت رسیده است. به این دلیل، در بحث مهدویت، جریان استمرار خلافت الهی در زمین از مباحث ظریفی است که نمی‌توان از کنار آن به سادگی گذشت.

از این رو، در نهج البلاغه در بحث ضرورت حجت در عالم، بر عنصر خلافت الهی در زمین تکیه شده است و حضرت امیرمؤمنان (علیه السلام) در کلام مبسوطی در این باره می‌فرماید: «آری خداوند، زمین هیچ‌گاه از حجت الهی که برای خدا با برهان روشن قیام کند، خالی نیست، یا آشکار و شناخته شده است، یا پنهان، تا حجت خدا باطل نشود و نشانه‌هایش از میان نروند، تعدادشان چقدر است؟ و در کجا هستند؟ به خدا سوگند که تعدادشان اندک است، ولی نزد خدا بزرگ مقدارند که خداوند به وسیله آنان، حجت‌ها و نشانه‌های خود را نگاه می‌دارد... آن‌ها جانشینان خدا در زمین و دعوت‌کنندگان مردم به دین خداوندند. آه، آه! چه سخت اشتیاق دیدارشان را دارم.» در کلام پربرکت امیرمؤمنان (علیه السلام) بر این نکته تأکید شده که بر اساس سنت قطعی الهی، زمین از وجود خلیفه خدا و حجت حق خالی نیست، گرچه حجت الهی گاهی آشکار است و همگان حضور او را درک می‌کنند، گاهی شرایط ایجاب می‌کند که از نظرها پنهان بوده و مردم به طور مستقیم

از درک محضر او محروم باشند. این نکته همان حقیقتی است که در مکتب

اهل بیت (علیهم السلام) مورد عنایت ویژه قرار گرفته است.



امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «لو بقیت الارضُ بغيرِ امامٍ لساخت»؛ اگر جهان لحظه‌ای بدون امام و انسان کامل باشد از هستی ساقط می‌گردد. امام محمدباقر (علیه السلام) نیز می‌فرماید: «لو أنَّ الامامَ رُفِعَ مِنَ الارضِ لَمَاجَتْ بِأهلِها کما یَموجُ البحرُ بِأهلِهِ»؛ اگر حجت الهی لحظه‌ای از زمین برداشته شود زمین همانند دریا دچار موج طوفان می‌گردد.

این گونه کلمات ائمه اطهار (علیهم السلام)، بعدها زمینه مباحث ظریفی را در آثار بزرگان اهل حکمت فراهم نمود. شیخ اشراق با الهام مستقیم و صریح از کلام امیرمؤمنان (علیه السلام) درباره ضرورت انسان کامل در عالم، با اصرار فراوان گفته است: «و لا یخلو الارضُ عن متوغّل فی التألّه ابدًا، بل قد یكونُ الامامُ المتألّه مستولياً ظاهراً مکشوفاً، و قد یكونُ خفياً، و هو الذی سمّاهُ الکافئُ بالقطب، فله الرئاسةُ و إن کانَ فی غایةِ الخمول.» حکیم نام برده در این بیان بر همان نکته‌ای اصرار ورزیده که در کلام ائمه هدی (علیهم السلام) بدان عنایت شده است؛ گفته: هیچ‌گاه زمین بدون انسان الهی و ربّانی نیست، اگرچه آن پیشوای متألّه گاهی حاضر و آشکار و زمانی از نظرها پنهان است، و او همان کسی است که نوعاً در عرف، از او به قطب یاد می‌شود و او پیشوای همگان است، گرچه در نهایت خاموشی باشد.

هنگام افطار و سحری از مصرف چه مواد غذایی باید اجتناب کنیم؟

یکی از عادات غلط غذایی روزه داران این است که به دلیل تشنگی زیاد در هنگام شروع افطار آب سرد، نوشابه و یا غیره استفاده می کنند. توصیه می شود افطار خود را با کمی آب گرم و یا چای آغاز کنند. پس از آن می توانند از خرما یا کشمش استفاده کنند زیرا این دو سبب کنترل اشتها می شود و از بیش خواری به هنگام افطار ممانعت می کند. علاوه بر آن مصرف خرما در ماه مبارک رمضان در تنظیم قند خون بسیار مفید است لذا توصیه می شود که در وعده افطار حتی المقدور ۵-۳ عدد خرما مصرف شود (خرما منبع خوبی از مواد مغذی، قند، فیبر و پتاسیم است). از مصرف بیش از حد خرما نیز مانند سایر شیرینی ها پرهیز شود. به طور کلی توصیه می شود به جای مصرف انواع شیرینی ها مثل زولبیا و بامیه که فقط حاوی انرژی و فاقد مواد مغذی (ویتامین ها و املاح) هستند، از مواد غذایی طبیعی شیرین مثل خرما، کشمش و انواع میوه استفاده شود. افراط در مصرف انواع شیرینی به هنگام افطار چاقی و اضافه وزن را به دنبال خواهد داشت. مصرف آب زیاد به هنگام صرف افطار سبب اختلال در هضم مواد غذایی می شود. بعد از صرف سحری نیز بسیاری از هموطنان عزیز از بی‌م تشنگی در طول روز به مقدار فراوان آب می نوشند که کار درستی نیست .

توصیه می شود که در وعده های سحری و افطار از پرخوری، مصرف غذاهای چرب و سرخ کردنی و غذاهای حاوی مقادیر زیاد قندهای ساده مثل قند و شکر پرهیز شود. از نوشیدن بیش از اندازه چای در وعده سحری اجتناب نمائید چون چای باعث افزایش دفع ادرار و از دست رفتن نمک های معدنی که بدن شما در طول روز به آن احتیاج دارد می شود.



توصیه می شود روزه داران عزیز از مصرف تنقلات زیاد در فاصله افطار تا سحر پرهیز کنند. این قبیل مواد دیر هضم هستند و سبب می شوند که به هنگام سحر به دلیل پری معده میل به غذا کاهش پیدا کند. همچنین، مصرف مواد غذایی سنگین، دیر هضم، پر چرب و سرخ شده به هنگام افطار مناسب نیست. به طور کلی توصیه می شود به جای غذاهای چرب و سرخ شده از غذاهای آب پز و بخارپز کبابی استفاده شود .

راههای مقابله با تشنگی در طول روز

در مواقعی که ماه مبارک رمضان با روزهای بلند تابستان مقارن می شود یکی از مشکلات اساسی روزه داران بروز تشنگی در طول روز است . محدود کردن مصرف نمک در وعده های افطار و سحر در این دوران بسیار مهم و کمک کننده است. دریافت اضافه نمک بدن را مجبور به واکنش نموده و برای دفع این مقدار مازاد نیاز، مقادیر قابل توجه ای آب از بدن دفع می گردد، لذا توصیه می شود به غیر از مقدار نمک اندکی که برای طبخ، لازم است به غذا اضافه شود هیچ مقدار اضافه تری سر سفره به غذا اضافه نشود. علاوه بر آن مصرف میوه و سبزی کافی می تواند در طول روز از بروز تشنگی زود رس جلوگیری نماید. بهتراست میوه در فاصله افطار تا سحر و سبزی در هر دو وعده افطار و سحر و علل خصوص سحر مصرف گردد.

روش صحیح مطالعه برای امتحان

یادگیری تکنیک‌های مطالعه برای موفقیت و کسب نمرات عالی در امتحانات بسیار مفید است، زیرا امتحان دادن بخشی اجتناب‌ناپذیر از تجربه تحصیلی شماست. راه‌های گوناگونی برای به حداکثر رساندن کیفیت مطالعه و کارایی شما برای حفظ اطلاعات و عملکرد خوب در روز امتحان وجود دارد که در ادامه به مهم‌ترین آن‌ها اشاره می‌کنیم.

۱. با هم کلاسی‌ها مطالعه کنید

تشکیل گروه‌های مطالعه از بین هم‌کلاسی‌ها، یک راه ارزشمند و سرگرم‌کننده و یک روش درس خواندن برای امتحان است. درس خواندن با هم، به ایجاد عادت‌های خوب مطالعه کمک می‌کند، همکاری در پروژه‌های گروهی را افزایش می‌دهد و اعتمادبه‌نفس را بالا می‌برد.

۲. بهترین روش درس خواندن برای امتحان، ساخت فلش کارت است

یکی از روش‌های موثر درس خواندن برای دانش‌آموزان، بازنویسی نکات، مفاهیم و تعاریف مهم بر روی فلش کارت است. فلش کارت‌ها برای شما این امکان را فراهم می‌کنند که بدون کمک دیگران، خود را امتحان کنید. همچنین، فلش کارت‌های دیجیتالی و اپلیکیشن‌های مطالعه، راه دیگری برای سازماندهی و بررسی مطالب درسی هستند.

۳. یک محل خوب برای مطالعه پیدا کنید

برخی از دانش‌آموزان سکوت محیط کتابخانه را دوست دارند، در حالی که برخی دیگر جنب‌وجوش یک کافه شلوغ را می‌پسندند. بعضی از دانش‌آموزان نیز نشستن پشت میز خود را برای مطالعه ترجیح می‌دهند و برخی دیگر جایی بیرون از خانه و زیر نور خورشید را برای درس خواندن دوست دارند.

۴. بخوانید و مرور کنید

بر اساس اصل منحنی یادگیری ابینگ‌هاوس، ما ۷۰ درصد از آموخته‌هایمان را در عرض ۲۴ ساعت اول فراموش می‌کنیم. به همین دلیل، مرور اطلاعات جدید یک روز بعد از



کلاس، به افزایش یادگیری و درک مطلب کمک می‌کند. بنابراین:

هر شب زمانی را برای مرور سریع مطالب درسی اختصاص دهید.

فصل‌ها را به بخش‌های کوچک‌تر تقسیم کنید تا بتوانید راحت‌تر آن‌ها را مطالعه کنید.

با خلاصه‌کردن و یادداشت‌برداری از مطالب می‌توانید به راحتی و بدون این که نیاز به

بازخوانی کل فصل‌ها باشد، مفاهیم و نکات مهم را مرور کنید.

بخش‌های دشوار را علامت بزنید تا بعداً دوباره به سراغ آن‌ها بروید.

۵. از تجسم استفاده کنید

یک روش درس خواندن برای امتحان، بهره‌گیری از تجسم است. با خلاصه نویسی درس

و هایلایت کردن کلمات و مفاهیم کلیدی، بر روی مهم‌ترین مطالب درسی خود تمرکز

کنید. اگر طرفدار یادداشت‌های نوشتاری سنتی نیستید، می‌توانید آن‌ها را به نمودار،

نقشه‌های ذهنی یا طرح‌های کلی تبدیل کنید تا تصاویری بسازید که می‌توانند به شما در

درک مفاهیم پیچیده کمک کنند.

۶. متمرکز بمانید

نگه داشتن ذهن در مسیر درست، می تواند تاثیر زیادی در یادگیری بهتر و موفقیت در امتحانات داشته باشد. تلفن همراه خود را در حالت پرواز قرار دهید و دیگر عوامل حواس پرتی را از خود دور نگه دارید. همچنین، می توانید یک موسیقی آرام بی کلام پخش کنید تا به شما کمک کند تمرکز بیشتری روی مطالعه خود داشته باشید. پیشنهاد می کنیم مقاله "افزایش تمرکز در مطالعه" را بخوانید.

۷. وقفه های کوتاه داشته باشید

جلسات کوتاه مطالعه موثرتر هستند و به شما کمک می کنند از زمان خود به بهترین نحو استفاده کنید. پس به مغز و بدن خود فرصت تازه شدن بدهید تا بتوانید با انرژی و تمرکز بیشتر درس بخوانید.

در زمان استراحت کمی هوای تازه دریافت کنید و به یاد داشته باشید که ورزش کردن جریان خون را به مغز افزایش می دهد و می تواند انرژی و درک شما را بهبود بخشد. به همین دلیل انجام چند حرکت کششی در زمان استراحت می تواند مفید باشد.

۸. آموزش دادن به دیگران، یک روش درس خواندن برای امتحان

یک روش درس خواندن آموزش به دیگران است. توضیح دادن مفاهیم به یک همکلاسی یا دوست، راهی عالی برای اطمینان از این است که خودتان واقعاً آن مطالب را درک کرده اید و به شما کمک می کند تا بهتر یاد بگیرید.

بریتیکا

تاریخ: ۲۴/۰۸/۱۴۰۳
شماره: ۷۴۱۲
پایه: ۵
نمونه: ندارد



«ن والقلم و ما یسطرون»

مدیران و سرپرستان محترم استان های سراسر کشور و مناطق ویژه (دام مزه)

معاونان محترم پژوهش مدیریت های استانی

معاونت پژوهش حوزه های علمیه فرارسیدن ۲۴ لغایت ۳۱ آبان ماه که مژین به نام هفته کتاب و کتابخوانی است را گرمی داشته و این مناسبت خجسته را به عموم طلاب، فضلا و بزرگان اهل علم و معرفت تبریک می گوید؛ بدیهی است استفاده از این فرصت طلایی در جذب و جلب افراد به مطالعه و ترغیب و تشویق آنان، نیازمند تلاش و برنامه ریزی و مشارکت فعال اساتید معزز است لذا نکاتی را برای برنامه ریزی در ترویج فرهنگ کتاب و کتابخوانی یادآور می شود:

- ۱- برگزاری پوشش بازدید معاونان پژوهش استان ها از کتابخانه های واحدهای آموزشی و پژوهش سرای استان؛
 - ۲- برگزاری زنگ هفته کتاب در واحدهای آموزشی با سخنرانی مدیر و یا معاونان پژوهش مدارس؛
 - ۳- برگزاری مسابقات کتابخوانی و خلاصه نویسی با رویکرد نیازسنجی مخاطبین؛
 - ۴- اهتمام به غبارروبی و تجهیز و زیباسازی کتابخانه ها و قرائت خانه ها؛
 - ۵- برگزاری جلسات هر هفته بک کتاب (نقد و بررسی محتوای کتاب)؛
 - ۶- دعوت از مؤلفان و نویسندگان استانی در مدارس و تکریم از پیشکوتان اهل قلم؛
 - ۷- بازدید از مراکز پژوهشی، کتابخانه های عمومی و دیدار با ناشران و کتابفروشی ها؛
 - ۸- ارائه عناوین تازه های نشر به همراه چکیده در سایت الکترونیکی مدارس؛
 - ۹- اهتمام در معرفی و ارائه محتوای کتب دفاع مقدس، شهدای محور مقاومت و انتفاضه فلسطین؛
 - ۱۰- تبیین درختواره دانشی، سیر مطالعاتی و روش مطالعه و روش تحصیل؛
- در پایان یادآور می شود که امر به کتابخوانی در حقیقت امر به معروف است؛ لذا شایسته است راهبران و دست اندرکاران بزرگوار، رونق کتابخانه ها، ترویج و توسعه و انس با کتاب را وجه همت خود قرار دهند.

ابوالقاسم تقی می حاجی
معاون پژوهش

پایه: ۵ از آموزش و پرورش، اراک

مجموعه مرکز مدیریت حوزه های علمیه
صندوق پستی ۳۳۳-۳۷۱۸۵
تلفن: ۰۵۰-۳۷۲۵۵۸۹
شماره: ۰۲۵-۳۷۲۵۵۸۵۴



چکیده پژوهش درسی

محقق: احمد کوهساری

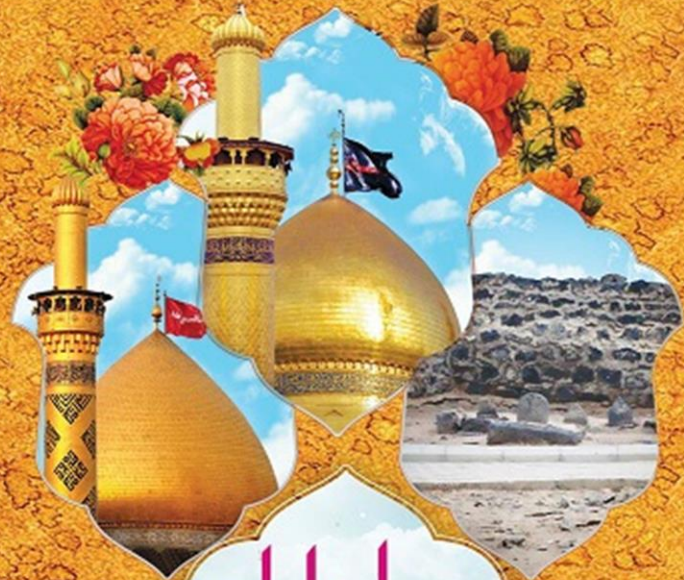
موضوع: حجاب در آیات و روایات

استاد راهنما: حجت الاسلام والمسلمین نوح دوست

سال تحصیلی: چهارم

حجاب در اسلام به معنای پوشش مناسب در برابر نگاه بیگانه و نگاه مستقیم به بدن و صورت زنان است. حفظ عفت و نجابت زنان و مردان مسلمان، ایجاد فضای سالم و امن برای اعضای جامعه، نماد تعهد به ارزش‌های فرهنگی و اخلاقی اسلامی، و تربیت و تقویت روحیه اخلاقی و ارزشی، از جمله اهداف حجاب در اسلام هستند. در متون دینی اسلام، حجاب برای زنان به عنوان یک وظیفه مقدس شناخته شده است که بر اساس آیات قرآن و روایات اهل بیت، باید به آن پایبند باشند. با توجه به اینکه اسلام به عنوان یک دین جامع و متعادل شناخته می‌شود، حجاب به عنوان یکی از اصول اسلامی، به منظور حفظ تعادل و هماهنگی بین اعضای جامعه و ایجاد فضای سالم و امن برای هم‌ممانان جامعه توصیه می‌شود. برای درک بهتر مفهوم حجاب در اسلام، مطالعه متون دینی و روایات اهل بیت، و مشورت با مراجع دینی می‌تواند مفید باشد. همچنین، مطالعه نظرات مختلف مردم و علمای دینی درباره این موضوع، می‌تواند به درک بهتر و تفهیم مفهوم حجاب در اسلام کمک کند.

حلول ماه شعبان و فرخنده ایام اعیاد شعبانیه بر عاشقان خجسته و مبارک باد.



کتابخانه

سخت شود و از انفاق صرف نظر کند از طرف دیگر انفاق موجب کم رنگ شدن حب دنیا و در نتیجه نابودی تدریجی بخل فرد میشود؛ چراکه ویژگی اصلی منافق وابستگی اش به دنیاست و انفاق با تخریب این وابستگی میتواند مانع بخل بشود. از آیات قرآن به دست می‌آید که محتضر هنگام مرگ حقایق را می‌بیند که قبل از آن برایش امکان رویت و شهود نبود؛ زیرا هنگام مرگ پرده از روی دیدگان قلب، بلکه همه اعضا به ویژه چشم و گوش قلب برداشته می‌شود و محتضر چیزهایی را می‌بیند و می‌شنود که قبل از آن امکانش فراهم نبود. (ق، آیه ۲۲) در آن زمان یکی از حقایق مهمی را که درک می‌کند، حقیقت انفاق و صدقه و تاثیر آن در سعادت و شقاوت انسان در آخرت است. از همین رو شخص محتضر خواهان تاخیر در اجل حتی به اندازه صدقه دادن و قرارگیری جزو گروه صالحین است؛ اما خدا بصراحت می‌فرماید وقتی اجل آمد دیگر فرصتی برای تاخیر و عمل صالح نیست؛ پس پیش از آنکه اجل برسد و فرصت از دست برود، کاری برای آخرت خویش بکنید و خود را از آتش دوزخ برهانید و به سعادت ابدی دست یابید.

چکیده تحقیق پایانی

محقق: محمد جواد کرگی

موضوع: تأثیرات بخل و انفاق در شقاوت و سعادت انسان

استاد راهنما: حجت الاسلام والمسلمین شیخ

سال تحصیلی: پنجم



واژه انفاق از عناصری است که می‌تواند تاثیر محسوسی در سعادت و شقاوت انسان داشته باشد حقیقت انفاق و صدقه و تاثیر آن در سعادت انسان در آخرت است.

«کسانی که بخل می‌ورزند، و آنچه را که خدا از فضل خویش به آنان داده، انفاق نمی‌کنند، گمان نکنند این کار به سود آنها است، بلکه برای آنها شر است، به زودی در روز قیامت، آنچه را نسبت به آن بخل ورزیدند، همانند طوقی به گردنشان می‌افکنند.» (آل عمران ۱۸۰)

دو مفهوم «بخل» و «انفاق» با توجه به آیات قرآن نیز بیانگر ارتباط است. این پژوهش میکوشد از رهگذر بررسی تطبیقی این دو مفهوم به تبیین این ارتباط بپردازد.

پژوهش حاضر با روش کتابخانه‌ای و توصیف و تحلیل داده‌های حاصل از آن سامان یافته و به این نتیجه رسیده است که این دو مفهوم با یکدیگر ارتباط تقابلی دارند؛ بدین صورت که بخل مانع انفاق میشود و اتفاق هم میتواند در ریشه کن کردن صفت بخل مؤثر باشد؛ چراکه صفاتی مانند بخل و دنیا طلبی در، منافق سبب میشود وی وابسته به دنیا شده دل کندن از مال دنیا برایش



بنده که این فرمایش آن بزرگواران هست اینه که طلبه دو تا چیز رو همیشه آویزه گوشش داشته باشه

(۱) طلبه یاد بگیره آچار فرانسه باشه یعنی تو هر زمینه ای تخصص داشته باشه؛

(۲) طلبه یاد بگیره که با بچه، بچه باشه و با جوان، جوان باشه و با پیرمرد هم پیرمرد.

نکته مهم تر که از تجربیات ۱۲ ساله و یا بیشتر تبلیغ بنده هست اینه که طلبه اگر هیچ چیزی هم نداشت فقط خوش اخلاق باشد و مردمی یعنی با مردم صمیمی باشد مردم هم طلبه را دوستش دارند.

انشاءالله دعا کنید که بتوانیم سربازان خوبی برای امام زمان (عج) باشیم و حضرت از همه ی من و شما ها راضی باشد.

و در پایان هم از همه ی عزیزان تشکر و قدردانی می کنم چون بنده هر چیزی که دارم و هستم رو از اساتید خوبم در حوزه سفیران هدایت امام جواد علیه السلام شهرستان آزادشهر و برادر عزیزم شیخ محمود یاد گرفتم و اینکه الحمدلله با دعای شما بزرگواران و آموزه های اساتیدم و برادر عزیزم چندین سال هست که به عنوان طلبه نمونه و شاخص استان خراسان شمالی معرفی می شوم و در صدا و سیمای استان خراسان شمالی تحت عنوان « روش صحیح تبلیغ » اجرا دارم.

«ومن الله التوفیق»

«التماس دعا»



مبلغ: حجت الاسلام مسعود وحیدی

مسجد: مسجد جامع چناران شهر

شهر: چناران شهر استان خراسان شمالی

مدت تبلیغ: ۱۲ سال

این جانب مسعود وحیدی ۱۲ سال هست که مبلغ هستم البته قبل از طلبگی هم کارای فرهنگی و تبلیغی انجام می دادم و مدت ۳ سال است که در استان خراسان شمالی؛ و در حال حاضر در شهر چناران شهر، شهرستان بجنورد مشغول تبلیغ هستم.

برخورد مردم در اینجا همه عزیزان ترک زبان هستند و بسیار بسیار مذهبی و در تمام مراسمات و مناسبت ها مردم سنگ تمام می زارند؛ مثلاً برای فاطمیه دوم یک گاو ذبح کردن و کل دهه رو هر شب حلیم دادیم و روز شهادت هم ۵ هزار پرس غذا جدا درست کردیم و همراه با سخنران کشوری آیت الله میرکتولی از قم در بین نیازمندان شهر تقسیم کردیم.

بنده چون مربی رزمی هستم بیشتر بچه ها رو از طریق ورزش و بازی جذب مسجد کردم و کلاس های کار با کودک و نوجوان که تو مدارس برگزار می کنم در جذب بچه ها به مسجد تأثیر بسزایی دارد.

خاطره شیرین بنده در تبلیغ؛

یکی از برنامه های ما در مسجد این است که بیشترین کسانی که در ماه جاری به مسجد می آیند رو جایزه می دهیم و پسر ها رو می بریم استخر و چند سال پیش ما بچه های یک منطقه رو بردیم استخر از آن جایی که این بچه ها تا حالا اصلاً استخر نرفته بودند یکی از بچه ها حتی جوراب های خودش رو هم فراموش کرده بود و با جوراب وارد استخر شد.

سفارش به طلاب عزیز؛

سفارش بنده برای دوستان این هست که اگر میخواهید طلبه موفق بشوید مثل اساتید

برگزاری کارگاه نویسندگی



برگزاری کارگاه مشاوره تحصیلی



سخنرانی در مدارس برای جذب و پذیرش سال تحصیلی جدید



برگزاری اردوی تفریحی زیارتی



شرکت اساتید، کادر و طلاب در ایستگاه ۱۳ آبان



نشست صمیمی معاونین با طلاب



برگزاری زیارت آل یاسین در دهه فاطمیه



برگزاری زیارت آل یاسین در دهه فاطمیه



کار با کودک توسط طلاب مدرسه



برگزاری مسابقات ورزشی



اختتامیه کلاس های قرآنی و اهدای جوایز



اختتامیه کلاس های قرآنی و اهدای جوایز

